

Significados y experiencias en relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana, 2022

por Madeleine Yocelyn Briggite Flor Rodríguez

Fecha de entrega: 19-ene-2023 10:31a.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 1995407210

Nombre del archivo: FLOR_-_IGNACIO.pdf (1.35M)

Total de palabras: 12106

Total de caracteres: 64983



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Significados y experiencias en relaciones tóxicas en parejas jóvenes de
Lima Metropolitana, 2022

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA

AUTORAS:

Flor Rodríguez, Madeleine Yocelyn Brigitte (orcid.org/0000-0003-2686-9436)

Ignacio Pardo, Brigitte Irene (orcid.org/0000-0003-0857-4386)

ASESORA:

Dra. María del Pilar Mori Sánchez (ORCID: 0000-0003-0191-4608)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

Promoción de la salud, nutrición y salud ambiental

LIMA - PERÚ

(2023)

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, se evidenció un aumento en los problemas de parejas, llegando a considerarse como relaciones tóxicas, todo parece indicar que este tipo de dificultades se incrementó debido a la pandemia y el confinamiento; sin embargo, esta situación sólo puso en evidencia diferentes problemáticas en el plano personal y relacional en donde las parejas encontraron detonantes de desconfianza sobre todo en las redes sociales que manejan, tanto en celulares, computadoras, entre otros. El distanciamiento físico de las parejas reduce el grado de satisfacción de los ideales pudiendo generar conductas tóxicas en estos (Rodríguez y Rodríguez, 2020). Asimismo, el confinamiento, expuso aquellas conductas de intolerancia, e insatisfacción que agudizaron el incremento de la violencia de pareja, debido a que las víctimas estuvieron viviendo al lado de su agresor (Lorente, 2020).

En base a estudios realizados a nivel mundial se encontró que el 70% de las relaciones actuales tienen algún tipo de dependencia, por ello, estas personas tienden a perder su identidad, asumiendo sumisión; además conservar el afecto de su pareja se convierte en un tema prioritario a sus necesidades (Patsi y Requena, 2020), sin notar que luego se degeneran en relaciones que deterioran, e incrementan conflictos sin favorecer el desarrollo de la pareja, configurándose en relaciones tóxicas; al estar dentro de este tipo de vínculos amorosos se abre la posibilidad de estar viviendo situaciones de abuso, conformando un patrón relacional que avanza de forma progresiva, con acciones mínimas que no se logran diferenciar, entre las acciones que ejercen sobre su pareja están: el inspeccionar el celular, manipulaciones, acoso en lugares públicos, ofensas, violencia física, coerción sexual, control masivo, entre otros (Venegas, 2021).

Estas relaciones llamadas tóxicas, dan indicios de convertirse en violencia de pareja a futuro, en ese sentido la Organización mundial de la salud (OMS, 2021) advierte que, de 736 millones de mujeres, una de cada tres es víctima de violencia de pareja, esta problemática inicia desde edades tempranas, ya que una de cada cuatro mujeres de entre 15 a 24 años que sostuvo algún tipo de relación íntima ha sido víctima de respuestas violentas por parte de su acompañante. La violencia de

pareja se da tanto en hombres como en mujeres, siendo este último el género más elevado con edades de 15 a 49 años, obteniendo índices de 33% a 51% en Oceanía, Asia Meridional y África, asimismo, las tasas más bajas están en Europa, las cuales van de 16 a 23% en Asia Oriental (20%), Asia Central (18%) y Asia sudoriental (21%).

La permanencia en este tipo de relaciones tóxicas presenta diferentes condicionantes como el apego afectivo, tanto por parte del varón como de la mujer, llegando a tomar como una necesidad este tipo de afecto en vaivén, también el temor a represalias, preocupación por los hijos por ambas partes, falta de apoyo económico, familiar y social, con la esperanza del cambio comportamental de la pareja. ² La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021), ⁸ indica que al menos el 35% de las mujeres a nivel mundial sufrieron alguna forma de violencia por parte de sus parejas, esto es alarmante, pues ha denotado que mujeres con un nivel bajo de instrucción han sufrido mayor daño.

Debido al confinamiento se registró un aumento en estos casos, más esto ya existía, y se catalogó como la otra pandemia, donde países como Tailandia, Kenia, Ucrania, Albania, Colombia, Bangladesh, Marruecos, Jordania y entre otros, fueron encuestados obteniendo que el 50% sufre de abuso verbal, 40% acoso sexual y 36% abuso físico, de cada diez mujeres encuestadas, siete ven usual ello en su comunidad (ONU mujeres, 2021), sin embargo, es importante lograr identificar cuáles son los condicionantes cognitivos, así como los significados que se le atribuyen a este tipo de relación.

² En Perú, los datos de la encuesta nacional sobre relaciones sociales (ENARES) del Instituto nacional de estadística e informática (INEI, 2020a), demostró que los problemas en las relaciones de pareja se encuentran latentes, teniendo como autores a hombres y mujeres, debido a ello un 66% mujeres mayores de 18 años reportó sufrir violencia física o psicológica, asimismo, mujeres de 15 a 49 años presentaron en un 58% violencia por parte de su cónyuge, esto ha puesto en evidencia la realidad de esta problemática, en ese sentido estos porcentajes demuestran que las relaciones se van deteriorando, llegando a convertirse en tóxicas, siendo la violencia una de las principales consecuencias de

la misma. Esto nos hace un llamado a la consciencia y a darnos cuenta del crecimiento de las personas y en qué entorno se encuentran para salir afectados y proyectar esto en otras personas al relacionarse, generando así una secuencia de daño emocional.

En Lima de cada 100 habitantes 46 tienen pareja, dando índices del 46.4% con pareja, 25.4% casados (as), 21% son convivientes y el 14.8% en algún momento tuvo una pareja, los encuestados prevalecen con edades entre los 25 a 34 años (INEI, 2020b), en base a ello, el Ministerio de Salud (Minsa, 2019), reveló que las relaciones tóxicas son más frecuentes en parejas jóvenes, ya que estos buscan personas con vacíos parentales, es así que las relaciones se crean en base a esa carencia emocional. Gran parte de estas parejas se formaron de manera inconsciente por una necesidad entre las mismas, llegando a crearse una dependencia, estas acciones pueden parecer irrelevante, más pueden llegar a casos extremos como el feminicidio.

Una relación se convierte en tóxica cuando una parte se aprovecha de la otra, viendo la condición de beneficio presente como medio fundamental en la relación llegando a manipular y controlar a la otra persona. Este tipo de relación se divide entre la persona que manipula y quien es manipulado; este último por lo general presenta dependencia afectiva, lo que permite el círculo de daño continuo. Entre las consecuencias se encuentra la posibilidad de entrar en violencia, baja autoestima, ansiedad, deterioro de la autonomía e inseguridad (Salvatierra, 2021).

Actualmente, los estudios sobre relaciones tóxicas en el Perú y a nivel mundial son insuficientes, ya que se encuentra escasa información de esta, sin embargo, hay más por investigar, conocer y saber de los daños que conlleva en las personas que lo viven. Esta problemática ¹² ha aumentado con el paso de los años sin detenerse, a la fecha se realizan campañas de prevención de las relaciones tóxicas y cómo darnos cuenta que estamos en una, sin embargo, los casos continúan, por lo cual, es probable que con el pasar del tiempo esto sólo se siga dilatando, ya que los gobiernos no toman cartas en este asunto que desemboca en consecuencias terminantes.

En función a lo referido anteriormente se formula la siguiente pregunta, ¿Cuáles son los significados y consecuencias de experiencias en relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana?

La presente investigación ha sido importante ya que aportó antecedentes para otras investigaciones, teniendo la información de diferentes teorías. Asimismo, fue la creación de un estudio que aporta información necesaria, sirviendo como referencia a futuro, A su vez, se pretendió brindar un trabajo cualitativo fenomenológico, basado en experiencias de vida en relación con un fenómeno y descubrir lo que hay en común dentro de estas vivencias, obteniendo de ese modo las perspectivas de los participantes, finalmente, contribuyó a conocer la problemática y su prevalencia, específicamente en la población joven.

Como objetivo general, comprender los significados y consecuencias de experiencias en relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana. Igualmente, como objetivos específicos, identificar significados de amor dentro de relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana; explorar las características de relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana; describir las consecuencias de estar en relaciones toxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana, y analizar las lecciones aprendidas de experiencias en relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana.

II. MARCO TEÓRICO

Para comprender mejor este tipo de relaciones se llevó a cabo búsquedas pertinentes sobre la variable; resaltando las más importantes a nivel internacional, se mencionan a continuación:

Caro y Monreal (2017) redactaron un estudio con la finalidad de conocer sobre las creencias de los estilos o tipos de amor además de analizar cómo influye el género en la violencia, siendo cualitativo, con una muestra seleccionada de 97 universitarios entre ambos sexos, la técnica a utilizar fue la de grupos de discusión, obteniendo como resultado que los universitarios reflejan las mismas creencias que los demás jóvenes y que tras la formación de género se identifican cambios en las actitudes y creencias con mayor proporción en chicas que en chicos.

Hernando et al. (2016) analizó en adolescentes y jóvenes las experiencias buenas y malas que se reconocen en sus propias relaciones, la metodología fue descriptiva, con 912 participantes entre los 14 y 29 años, utilizaron como herramienta el cuestionario sobre las experiencias que viven en pareja y un informe personal sobre posibles conductas con psicopatología, como resultado final se evidenció que las mujeres y los hombres destacan como experiencias positivas, los eventos que se suscitan al inicio de una relación y refieren que las discusiones y celos son las negativas.

Iniesta y Muñoz (2017) indagaron sobre las actitudes, estereotipos y prejuicios en los jóvenes con respecto a la formación de parejas sentimentales, se realizó bajo una investigación cualitativa, la muestra fue de 80 sujetos en Colombia y 120 sujetos en España, su utilizó el cuestionario, grupo de discusión, entrevista semiestructurada y entrevista a profundidad, se obtuvo como resultado el reconocimiento de que después de recibir cualquier tipo de violencia, se llegan a reconciliar, también la confusión de que celos es igual a amor, se normaliza el control en todos los aspectos de la pareja, por último, se identifica que la violencia más común es la psicológica.

López et al. (2020) determinaron la influencia que tienen las carencias afectivas en cuanto a las relaciones sentimentales, la metodología fue exploratoria,

con una selección de 20 mujeres entre los 20 y 30 años, se aplicó la técnica de entrevista y encuesta, esto permitió que se identifique que las carencias que presentan las participantes, influyeron de modo negativo volviéndolas mujeres inestables, inseguras, dependientes y con dificultades en las relaciones sentimentales.

Pereira et al. (2022) estudiaron sobre los motivos por los que las mujeres permanecen en relaciones violentas, de carácter cualitativo, con 29 participantes de sexo femenino entre los 25 y 71 años, se utilizó la entrevista semiestructurada, obteniendo como resultado que las mujeres presentan deterioro en el área emocional y psicológico, no perciben las situaciones de abuso, creen que pueden controlar las situaciones donde hay violencia y además está la creencia de que la pareja cambiará en algún momento, estos son los motivos más relevantes por los cuales permanecen en una relación disfuncional.

Pérez y García (2021) redactaron un análisis sobre los significados que los jóvenes tienen psicológicamente sobre la dependencia emocional en una relación, fue una investigación cualitativa, la muestra se seleccionó por conveniencia con un total de 300 participantes de 18 a 25 años, se utilizó la red semántica como técnica, teniendo como resultado final que para describir las relaciones utilizan términos populares que son difíciles de ser definidos, sin embargo algunas características si se comprenden y se insertan en la dependencia emocional.

Venegas (2021) verificó las diferencias de poder según el género al construir narraciones sobre las relaciones tóxicas, fue un análisis cualitativo, la muestra fue de 28 sujetos, 14 mujeres heterosexuales, 4 mujeres no heterosexuales, 5 hombres heterosexuales y 5 hombres no heterosexuales de 21 a 33 años, se utilizó la entrevista semiestructurada, concluyendo que el género repercute en la violencia de pareja al menos de 3 formas diferentes, como proxy de otros factores donde incluyen edad, ingresos, tamaño o fuerza física, como diferencial de poder en contextos especialmente machistas y como normas socialmente aceptadas en donde ser hombre significa ser el líder y la mujer es quien debe realizar las labores domésticas.

Continuando, se citan las investigaciones más relevantes a nivel nacional:

Barnechea (2020) indagaron sobre las vivencias de la violencia en parejas jóvenes, la investigación fue con un análisis cualitativo, el total de participantes fueron 10 jóvenes de 19 y 24 años, se utilizó la entrevista semiestructurada a profundidad, teniendo como resultado que la violencia en la pareja se vive como un proceso de desarrollo y que se vuelven referentes para futuras relaciones.

Mucha y Obregón (2021) analizaron la violencia que se manifiesta en los vínculos sentimentales en tiempos de pandemia, utilizaron una investigación de carácter cualitativo, nivel descriptivo y diseño narrativo, con 10 estudiantes universitarias, siendo la edad entre los 20 y 26 años, la técnica utilizada fue la entrevista, concluyendo que la violencia en las relaciones de parejas en las universitarias se manifiesta física y psicológicamente, experimentando golpes, jalones de cabello, patadas, ofensas verbales y amenazas.

Reategui y Borceyú (2021) indagaron sobre la relación entre sexismo ambivalente y la violencia en parejas, fue un estudio correlacional, con una población total de 273 estudiantes de psicología, siendo seleccionados 167 según los criterios de inclusión entre los 18 y 26 años, se utilizó el inventario de sexismo ambivalente y el cuestionario de violencia en parejas, dándonos como resultado que existe una considerable relación entre las conductas sexistas ambivalentes y la violencia en la relación.

Hoy en día, los jóvenes experimentan conductas disfuncionales en sus relaciones sentimentales, notándose el incremento de las llamadas relaciones tóxicas. A partir de esto procedemos a indagar la problemática en cuestión:

La juventud se definió como la etapa en donde la persona presenta una edad adecuada para insertarse en la sociedad asumiendo derechos y responsabilidades. Por ello, la población joven entra en el rango de 15 a 29 años en el país (INEI, 2015). Además, el Instituto de Opinión Pública (2018) editó un boletín mencionando

que los peruanos representan la juventud a partir de los 18.4 años hasta los 29.6 años.

Godoy y Sierra (2019) mencionaron que en este proceso donde se va construyendo la identidad de cada persona, existen cambios de forma interpersonal, afectiva y se establecen relaciones con sus pares. Además, para Bonilla et al. (2017), es fundamental comprender este periodo, ya que una de las características de la etapa es la formación de las relaciones de pareja a partir de significados en torno al amor, pudiendo tener presencia de conductas nocivas que posteriormente se denominaran relaciones tóxicas. Por ello, es importante llegar a la población joven, ya que se repetirá en el futuro la forma en la que aprendan a relacionarse (Pequeño et al., 2019).

18 Las relaciones de pareja tienen como componente principal al amor, siendo el sentimiento más importante en la vida de los humanos. Así como puede ser razón de satisfacción y motivación para el crecimiento personal, puede ser causa de sufrimiento y dolor de acuerdo al juicio que se formule del mismo. A continuación, se describen los conceptos y componentes para comprender cómo se forma el ideario cognitivo sobre el amor:

En las relaciones sentimentales, el amor es una de las bases sustanciales, siendo motivo de estudio de diversos autores, no solo a nivel personal sino también como explicación a diferentes acontecimientos que se suscitan diariamente. Asimismo, Villalobos (2019) mencionó que es un encuentro entre dos personas, siendo una emoción intensa, compleja y que se desea. De la misma forma, Horno (2018) definió al amor como un vínculo positivo y afectivo que se forma de la reciprocidad entre dos personas, sintiéndose importantes y elegidas, donde se comparten diferentes recursos personales abriendo así una apertura emocional. Para complementar, Cubas (2020) afirmó que el amor se refiere a una necesidad de entregar y defender a la otra persona en conjunto con comportamientos que totalizan una intimidad y unión para mantener una relación.

John Allan Lee en la teoría de los colores del afecto (1978) manifestó que existen seis estilos dentro del amor, siendo los 3 principales: *Eros*, el amor

apasionado o romántico, haciendo referencia al goce de la atracción en la belleza física; *Ludus*, el amor que se manifiesta en forma de juego donde no existe compromiso por las partes; *Storge*, caracterizado por la amistad y el valor de lo que se tiene en común. Por último, los 3 estilos secundarios son: *Manía*, representado por la falta de amor propio y el amor obsesionado; *Pragma*, manifestándose por ser un amor incitado por la razón, buscando a la persona idónea y compatible y *Ágape*, buscando un amor espiritual y desinteresado en el ámbito sexual (Raffagnino y Puddu, 2018).

La teoría triangular de Sternberg (1989) afirma la existencia de una referencia en la composición del amor, ya que se debe a tres dimensiones y que los significados de cada uno de ellos se deben al ambiente y cultura de ambas personas. Dentro de ella se describe cada una de la siguiente manera: *Intimidad*, aludiendo a la cercanía, unión y conexión con la pareja, originándose el deseo, la confianza y el soporte mutuo ante situaciones difíciles; *Pasión*, caracterizado por la atracción hacia la otra persona de forma física y sexual provocando excitación, se alimenta de la intimidad con intensidad en los deseos de estar juntos o entrega absoluta hacia la pareja y *Compromiso*, haciendo referencia las ganas de permanecer juntos, a mantenerse a largo plazo con responsabilidad y fidelidad (Bustos et al., 2018).

Siguiendo con la teoría triangular, postula 7 tipos de amor procedentes de las dimensiones ya antes mencionadas. El *Agrado*, se compone de la intimidad y caracterizándose por la amistad sin compromisos ni pasiones; *Encaprichamiento*, también llamado amor intenso o amor a primera vista, conformado sólo por la pasión; *Amor vacío*, constituido por el compromiso donde se visualiza la pérdida de la atracción física y emocional; *Amor romántico*, constituido por la intimidad y la pasión, conectando ambas partes de manera emocional; *Amor sociable*, integrado por la intimidad y el compromiso, identificándose por el cariño que se forma después de mantenerse años juntos; *Amor necio*, encontrándose el componente pasión y compromiso, llamados relámpagos y el *Amor consumado*, conformado por la intimidad, la pasión y el compromiso, siendo un perfil de amor completo, representando la estabilidad en una relación (Soto, 2021).

Aguilar y Santos (2013) mencionaron que el amor va cambiando de acuerdo a las etapas de desarrollo por las cuales atraviesan las personas; en la adolescencia existen cambios a nivel físico y psicológico por lo que predomina el estilo de amor *Manía*, apareciendo los celos y el control de pareja; al pasar a la adultez temprana el estilo de amor va cambiando a *Eros* y *Storge*, donde se evidencia las intenciones de querer mantener un compromiso y una relación formal con la pareja, buscando así la estabilidad por ambas partes.

Sin embargo, no siempre se da de esta manera, García et al. (2019) afirmaron que en la adolescencia se encuentran firmemente las ideas sobre el amor romántico y que, en el presente, la juventud aún continúa manteniendo estas creencias. Asimismo, Aguirre y Caisatoa (2022), confirman que en la actualidad existe la industria del amor, refiriéndose al estilo de *Eros*, también llamado amor pasional o romántico, el cual se difunde de forma masiva mediante la música, las películas románticas, las aplicaciones donde se buscan parejas, las redes sociales, entre otros que generan grandes beneficios económicos. Esta industria se basa en la idealización del amor, que consiste en buscar a su alma gemela o la media naranja, trayendo como consecuencia ideas erradas que conllevan a sentir una mala satisfacción por no lograr el amor ideal y a muchas veces justificar maltratos dentro de una relación.

A continuación, estudiaremos profundamente los puntos que conforman las relaciones tóxicas:

Los vínculos sentimentales en las relaciones de pareja son descritos por diversos autores como: Espínola et al. (2017) quienes mencionaron que las relaciones entre dos personas están en los centros de sus vidas, expresándose de formas adecuadas o no. Además, estas relaciones suponen un cuidado mutuo que desarrollándose de forma idónea se convierten en una fuente de apoyo social y emocional (Godoy y Sierra, 2019). Así pues, cuando se está enamorado se generan sensaciones de confianza y seguridad que brindan motivación para ser mejores personas, se fortalecen y aumentan las destrezas, así como el desarrollo de habilidades y el propio potencial (Díez, 2022).

Sin embargo, no siempre existen relaciones sanas llenas de cuidado y amor mutuo, González (2018) comentó que una relación en la que se ven perjudicadas ambas partes o una sola y existen comportamientos disfuncionales es entendida como relación tóxica, caracterizándose por no permitir el crecimiento individual y viéndose afectadas las cogniciones y emociones que conllevan a conductas inadecuadas, que pueden influir negativamente en la persona y su entorno (Lamas, 2014). El término de relaciones tóxicas fue acuñado por Glass (1997) en donde refiere que es cualquier relación entre personas sin apoyo mutuo, presentándose conflictos en donde intentan socavarse el uno al otro creándose así, una dinámica mental y emocionalmente perjudicial, estas relaciones pueden darse en el ámbito laboral, amistoso e incluso familiar.

Asimismo, Fox (2022), menciona que las relaciones tóxicas son un vínculo actualmente común en la sociedad, en donde las personas que conforman la pareja no pueden evitar hacerse daño, incluyendo mentiras, humillaciones, infidelidades, golpes, entre otros y que son este tipo de relaciones de las que más cuesta salir, dejando marcas significativas en la persona. Además, Glass (1997) comenta que en algunos casos aparece la vigilancia en celulares y la comunicación puede llegar a ser agresiva y manipuladora. De igual manera, describe a las personas tóxicas como egocéntricas ya que, necesitan ser el centro de atención; en algunos casos la persona puede ser narcisista, se victimiza y culpa a los demás de lo malo que ocurra.

De igual manera, Andrade et al. (2013) menciona que ⁵ las parejas pueden presentar ciertas conductas que alteran la dinámica en la relación como la presencia de celos, dificultades para solucionar conflictos, ¹ la presencia de conflictos relacionados con las costumbres de cada una de las partes, la falta de respeto y la poca o nula comunicación asertiva. Normalmente en estos vínculos afectivos tóxicos se presenta en la mayor parte del tiempo un sentimiento de malestar, siendo a la vez conscientes pero incapaces de dejar de formar parte de la relación (Granados, 2018).

Glass (1997) refiere que dentro de las características de ¹ las relaciones tóxicas de pareja son: Ambos individuos o uno de ellos, deja a un lado su vida

social, hobbies e intereses como “acto de amor” para enfocarse exclusivamente en la relación, perdiendo su autonomía. También identificamos que el amor tóxico es posesivo, es decir, se evidencia celos, control excesivo y falta de libertad, una o ambas partes necesitan tenerse controladas la mayor parte del tiempo y saber qué hace, dónde y con quién. Asimismo, menciona que, en un vínculo tóxico, uno de ellos, muchas veces intenta y exige cambiar al otro. Por último, existe una mala comunicación, se encuentra ese sentimiento de no poder expresar lo que se piensa y siente a la otra persona. Este tipo de relaciones se caracteriza también porque una de las partes o ambas tienen la idea de poder llegar a tener una relación ideal teniendo como referente los mitos del amor (Granados, 2018).

Por otro lado, como se menciona ⁵ en el párrafo anterior las personas tienen dificultades para dejar este tipo de vínculos afectivos, experimentando dependencia; al imaginarse o tener la sola idea de una separación provoca ansiedad en una o ambas partes, pudiendo generar una conducta desorganizada con comportamientos psicóticos y paranoides (Andrade et al., 2013). Esta desorganización en la conducta conlleva a comportamientos extremistas como amenazas de atentar contra su propia vida para evitar una ruptura, comportamientos de control y celos excesivos que llegan a ser normalizados y dándose de manera bidireccional en varios casos (Estébanez, 2010). Granados (2018) menciona que, al hablar de control, las parejas tienen que darse la mayor parte del tiempo explicaciones de todo lo que hacen durante el día.

Andrade et al. (2013) mencionaron que estas conductas son a consecuencia de las costumbres de cada una de las partes, en donde intervienen los celos, las dificultades para poder resolver inconvenientes, infidelidades y discusiones. Además, Sandoval y Nuñez (2016) complementaron esta información afirmando que las relaciones con comportamientos disfuncionales se vuelven tóxicas por la dependencia de tipo emocional que aparece en una de las partes, no le interesa si se perjudica o no, sólo presenta deseos de que la relación no culmine. Según Wolfe et al. (2011) mencionan que existen diferentes factores que desencadenan conductas violentas en las relaciones de los jóvenes en los que se incluyen: los que se encuentran en un estatus económicamente bajo, haber

experimentado maltrato por parte de sus padres en la infancia, la influencia de sus pares y las conductas con consumo de sustancias.

Para poder explicar los factores antes mencionados que se forman desde la familia y la infancia, tenemos la teoría de Bandura, el cual nos menciona que las conductas que se den en el ambiente donde crece y se desarrolla un niño, se aprenden mediante la observación, pudiendo ser toleradas e imitadas en las relaciones de pareja que tengan posteriormente (Bonilla y Rivas, 2019).

Los vínculos afectivos tóxicos desde ¹ la perspectiva experimental permiten analizarlas a nivel conductual y cognitivo en donde la pareja experimenta mayor disgusto que placer, manteniendo de igual forma la relación (Glass, 1997). Andrade et al. (2013) menciona que ¹ en estas parejas existen diferentes esquemas mentales de comportamiento y distorsiones cognitivas adquiridas en el entorno familiar y que son reforzadas por el ambiente social. Asimismo, Caro (2017) refiere que en las relaciones tóxicas las personas se ven inferiores ante los demás, manifestándose la dependencia emocional, esto ¹ causa errores en el pensamiento a modo de distorsiones cognitivas, de las que se reconocen siete principales en este tipo de relaciones:

¹ Distorsión cognitiva de *inferencia arbitraria*, la cual hace referencia a conclusiones de sucesos con ausencia de evidencias reflejándose en pensamientos como por ejemplo las sospechas de infidelidad; *abstracción selectiva* que consiste en centrarse y ponerle mayor valor a los acontecimientos negativos que a los positivos; la *generalización excesiva* es cuando la persona comienza a generalizar sus pensamientos de acuerdo varios acontecimientos que se suscitan; la *personalización* se relaciona con que el individuo se atribuye los conflictos expresando que todo es por su culpa o que hizo algo para que la pareja se enoje; el *pensamiento dicotómico*, aquí la persona categoriza las situaciones como todo o nada; la sexta distorsión es *leer la mente*, es cuando en la pareja está el pensamiento de saber lo que está pensando la otra persona y la última distorsión es el *razonamiento emocional* que consiste en que la persona tiene una sospecha sobre alguna situación y debe ser verdad porque lo presiente así; entendiendo así que estas distorsiones son el motivo por el cual las personas tienen conclusiones

erróneas de sus experiencias generando dependencia emocional y patrones disfuncionales en la relación (Andrade et al., 2013).

Por otro lado, la perspectiva experimental enfocada en el nivel conductual, se adquiere desde la infancia, desde el interior de la familia por parte de esquemas mal adaptativos que son fortalecidos por experiencias posteriores. Young propone dominios que presentan una **relación con conductas como dominio, dependencia y sumisión**. Así explica que **las conductas de dependencia surgen desde la crianza, bajo los dominios de desconexión y rechazo** en donde las personas se educan y crecen con carencia afectiva, estabilidad emocional, apego y debido a ello es que se vuelven adultos inestables e inseguros emocionalmente con temor y preocupación por el abandono. Asimismo, los dominios de desempeño y autonomía en deterioro son producto de padres sobreprotectores, lo cual crea individuos con una necesidad de aprobación excesiva por parte de sus parejas, **expresión de conflictos de forma dramática y la idea de querer y poder cambiar a su pareja**. (Andrade et al., 2013).

En cuanto al **dominio de sobrevigilancia e inhibición** se encuentran dentro de una **crianza** en donde existe el perfeccionismo, la rigidez y el lado no flexible dentro de la familia, en donde el sujeto adquiere conductas que dificultan su comunicación, buscando la sumisión para evitar la desaprobación de los demás.

Desde la perspectiva psicoanalítica, las relaciones tóxicas presentan dependencia el uno del otro, demostrando inseguridad psicosexual. En el caso de ambas personas **que se encuentran en este tipo de relaciones** presentan un lenguaje simbólico en donde se visualiza **la destrucción de ambos y un desajuste en la representación mutua**. Por ello, los traumas que se generaron en la infancia determinan en una persona para que sea agresiva. Así, **la dependencia, la obsesión por el control de la otra persona, la violencia física y verbal tienen relación con la etapa oral y anal**. Asimismo, cuando hay dificultades en la resolución del complejo de Edipo, genera que la persona en la adultez **busque a una persona con características o rasgos similares a los de la figura progenitora con la que no se resolvió el complejo, ocasionando problemas en los roles de pareja (esposa como**

madre) pudiendo llegar al punto de sustituir una figura de amor por autoridad (Andrade et al.,2013).

Por otro lado, desde la perspectiva humanista, las relaciones tóxicas giran en torno a una relación idealizada (amor romántico) en la que se anhela una estabilidad emocional y un lenguaje afectivo adecuado, pero no se busca la solución para cambiar la situación actual, pensando que las cosas se arreglan solas. En las relaciones con conductas disfuncionales cada uno demanda aceptación y reconocimiento como persona dentro del sistema pues las experiencias internas (sentimientos, deseos, ideas, valores) entran en colisión con la experiencia externa de autovaloración y aceptación por parte de los otros (Andrade et al.,2013).

Dentro de los conceptos que se tomaron en cuenta sobre las parejas, se consideran tres componentes en las relaciones que presentan un vínculo tóxico:

Los elementos que se encuentran en las relaciones con conductas disfuncionales tenemos la *dependencia*, los *celos* y la *violencia*, Aiquipa (2015) menciona a la dependencia en las parejas como una de característica que está compuesta por sentimientos y conductas inapropiadas, donde existe una adicción y manipulación hacia la otra persona conllevando a una relación llena de violencia. De igual manera, Cubas (2020) afirma que son personas que forman vínculos desde muy jóvenes para no sentirse solos, siendo así un deseo y a la vez una necesidad excesiva de mantener la compañía del otro ser humano y ser queridos.

En relación a lo mencionado, la teoría de Bowlby (1998), explica que el apego es un vínculo netamente emocional que brinda seguridad al niño y que se desarrolla en la infancia por parte de los padres o figuras presentes, al no darse adecuadamente este vínculo, las personas se vuelven dependientes emocionales, queriendo compartir preferencias y gustos mediante conductas que mantengan a la pareja cerca, manifestando temor a la separación y trayendo como consecuencia un desequilibrio en sus emociones (Mamani y Quispe, 2020).

Los celos también se manifiestan como un componente de los vínculos tóxicos. Para González (2018) en esta etapa la persona tiene en mente que existe

alguien de por medio dentro de su relación, considerándose un motivo principal para comenzar una pelea con la pareja. Además, en muchas ocasiones la violencia que se origina a partir de los celos, se interpreta como forma de amor y es justificada y no visualizada de manera negativa (Guillen, 2021).

Por último, dentro de las conductas disruptivas en una pareja se encuentra la violencia. Para Martínez (2016) la violencia de pareja está conceptualizada por el poder que se caracteriza y se enmarca en una relación en donde a través de actos o acciones se busca controlar y dañar a la otra persona. A la actualidad, haber experimentado algún tipo de violencia en las parejas, es frecuente y se visualiza un incremento (Guillen, 2021).

Para explicar estos comportamientos ejercidos por el poder, el feminismo y su teoría, mencionan que el control es la característica dentro de este tipo de relaciones, explicando que el género y las desigualdades son la base que ejerce la violencia (Medina, 2019). Por otro lado, existen investigaciones en donde los casos sobre violencia en las relaciones, dejan de lado el modelo existente de víctima y victimario y adoptan la mención relacionada a la mutualidad en la violencia o también denominada bidireccional, postura en la que ambas partes se atacan de manera recíproca sexual, psicológica y físicamente. Finalmente, también se evidencia violencia en relaciones de personas con el mismo género y muchas veces cuando una mujer reporta haber sido violentada, se tiende a inferir que debió ser por un hombre (Alegría y Rodríguez, 2015).

Por otro lado, la violencia que se da en los vínculos sentimentales de los jóvenes, difiere en varios puntos con las relaciones de los adultos, dado que las formas de perpetuar daño en las parejas adultas se deben a la convivencia o mantener hijos en común, ya que hay una dependencia económica o usan el control por medio de amenazas relacionados con los menores (Pérez et al., 2018). Otra diferencia es la poca experiencia que tienen respecto a una relación sentimental, significando que son menos capaces de poder identificar si hay existencia de violencia con su pareja, además de los pensamientos que se relacionan con los mitos respecto al amor, amor romántico (Pequeño et al., 2019). Asimismo, Bohórquez (2021) comenta que este mito corresponde al pensamiento de que para

el amor todo es posible, teniendo como base que la pareja debe ser lo más importante y fundamental en la vida.

Para Granados (2018) ⁵ las relaciones tóxicas son consideradas también como el paso previo a una relación con violencia. Además, González (2018) en una relación sentimental pueden manifestarse diferentes tipos de violencia, todos a su misma vez o solo uno. Dentro de los tipos de violencia que se destacan están: la física, que se evidencia en daños a nivel corporal mediante golpes con objetos o las manos; sexual, que se presenta como forma de obligar a tener actos sexuales incluyendo insultos y amenazas y en lo psicológico en donde se encuentran los malos tratos a nivel social mediante humillaciones en público; los malos tratos ambientales, cuando se rompen y destrozan objetos y los malos tratos económicos, que se describen por el control del dinero dentro de las parejas.

2 III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1 Tipo de investigación

El tipo de investigación fue básica, también llamada pura, su motivación se fundamentó en la indagación y la satisfacción de revelar desconocidos conocimientos (Nieto, 2018), siendo esta de nivel descriptivo, teniendo como objetivo recopilar datos e informaciones, exponiendo su manifestación en un determinado grupo humano, buscando describir representaciones subjetivas que van surgiendo (Ramos, 2020).

2 3.1.2 Diseño de investigación

El diseño realizado fue un estudio fenomenológico hermenéutica, que se concentró en la experiencia del sujeto dándole énfasis, explicando y conociendo esta vivencia. Tomando distintos tipos de técnicas para recopilar datos, en tanto se conservará la exploración de la experiencia personal del individuo como principio (Conejero, 2020). Esta demandó la formulación de una problemática, al igual que de un objetivo de exploración y de explícitas formas de cavilar y aproximarse en el proceso de la investigación al fenómeno (Sánchez et al., 2020).

3.2. Categorías, Subcategorías y matriz de categorización

Categoría 1: Significados de amor: Concepciones que se atribuyen al amor considerándolo como una necesidad de entregar y defender a la otra persona en conjunto con comportamientos que totalizan una intimidad y unión para mantener una relación (Cubas, 2020).

Subcategorías:

Inicio en la relación de pareja: Los jóvenes y adolescentes refieren como experiencias positivas, los primeros acercamientos y comportamientos que se dan al inicio de una relación (Hernando et al., 2016).

Mitos sobre el amor: Percepción de relación ideal teniendo como referente los mitos del amor (Granados, 2018).

Categoría 2: Características de relaciones tóxicas: Calidad de las conductas disfuncionales generadas en la interacción de pareja en donde se encuentran la pérdida de autonomía, posesión, evidencia de celos, control, falta de libertad, mala comunicación, creencias erradas sobre un amor ideal, las personas que conforman este tipo de relaciones pueden ser egocéntricas, en algunas veces narcisistas, tienden a victimizarse y culpar a la otra persona de lo malo que ocurre, no se permite un crecimiento individual viéndose afectadas las cogniciones y emociones. (Glass, 1997)

Subcategorías:

Dependencia emocional: Característica que está compuesta por sentimientos y conductas inapropiadas, donde existe una adicción y manipulación hacia la otra persona conllevando a una relación llena de violencia (Aiquipa, 2015).

Respuesta de celos: Percepción de la existencia de alguien dentro de su relación, considerándose un motivo principal para comenzar una pelea en la pareja (González, 2018).

Respuesta de Violencia: Poder que se caracteriza y se enmarca en una relación en donde a través de actos o acciones se busca controlar y dañar a la otra persona (Martínez, 2016).

Categoría 3: Consecuencias de estar en relaciones tóxicas: Suceso que resulta de otro, por ello, suponen el efecto que se consigue de un hecho anteriormente dado (RAE, 2022).

Subcategorías:

Afecciones en las cogniciones: En estas parejas existen diferentes esquemas mentales de comportamiento y distorsiones cognitivas adquiridas en el entorno familiar, que a su vez son reforzadas por el ambiente social (Andrade et al.,2013).

Afecciones en las emociones: Las parejas buscan una relación idealizada (amor romántico) en la que se anhela una estabilidad emocional y un lenguaje afectivo adecuado, pero no se busca la solución para cambiar la situación actual, pensando que las cosas se arreglan solas (Andrade et al.,2013).

Escaso o nulo crecimiento personal: Se caracteriza por no permitir el crecimiento

individual, viéndose afectadas las cogniciones y emociones que conllevan a conductas inadecuadas, que pueden influir negativamente en la persona y su entorno (Lamas, 2014).

Categoría 4: Lecciones aprendidas de experiencias en relaciones tóxicas:

4 Aprendizaje a partir de la experiencia. Idealmente, este será un cambio permanente e institucionalizado, por lo menos hasta que sea identificada la necesidad de producir otro cambio (Milton, 2010)

Subcategorías:

Experiencias Favorables: Suponen aquellos eventos de cuidado mutuo que se desarrollan de forma idónea convirtiéndose en fuente de apoyo social y emocional (Godoy y Sierra, 2019).

Experiencias Desfavorables: Son eventos vividos en los que la persona se ve perjudicada, existiendo disfuncionalidades (González, 2018).

3.3. **2 Escenario de estudio**

El lugar donde se desarrolló la investigación fue Lima Metropolitana, el área más poblada, grande y extensa del Perú. Además, cuenta con 50 distritos distribuidos en la provincia de Lima que alberga 43 distritos y la provincia del Callao que se divide en siete distritos. El INEI (2021b), anunció que, de mayo a junio del año 2021, la ocupación de la población en Lima Metropolitana abarcó alrededor de 4 millones 666 mil personas. Asimismo, registró un incremento del 99,8% de la población correspondiente a las edades de 14 a 24 años.

En Lima Metropolitana se identificó que el 44,5%, el 40,0% son solteros, el 10,2% separados, el 4,2% viudos y el 1,1% son divorciados (INEI, 2021a). Los registros en el país sobre violencia en las familias, llegaron a reportar 222 mil 376 denuncias, 7 mil 789 casos son de tipo sexual, además se revelaron cifras del 63,2% correspondientes a mujeres de 15 a 49 años que padecieron violencia en cualquiera de sus formas dentro de una relación, el 58,9% fueron violentadas psicológicamente, el 30,7% físicamente y el 6,8% fue de tipo sexual (INEI, 2019). Asimismo, en los centros de emergencias para mujeres se atendieron 182 000 casos de personas que han sido afectadas por violencia en el año 2019, de estos

aproximadamente 27 000 casos fueron hombres, siendo el 35% menores, el 26% corresponde a 60 años o más y el 4% de adultos. Además 15 000 correspondieron a violencia de tipo psicológica, 10 000 son de tipo física y 1 000 a la sexual (Meneses, 2020).

3.4. Participantes

Los participantes fueron 13 jóvenes de Lima Metropolitana de los cuales el 60% fueron mujeres y el 40% hombres, ellos brindaron sus experiencias que sirvieron como información para esta investigación. Los criterios de inclusión para los jóvenes fueron: 1). residir en Lima Metropolitana; 2) personas que hayan estado en una relación de pareja con celos, manipulación o control; 3). **varones y mujeres de edades entre 18 a 29 años**. En criterios de exclusión se consideró: No firmar el consentimiento informado para participar y/o no permitir la grabación de audio para la entrevista.

Se seleccionó a los participantes de manera intencional y se hizo uso del muestreo teórico que pone en primer lugar la relevancia teórica y la intención de los temas que integren la muestra, este muestreo no se sujeta al número de casos, sino que se enlaza y sigue al punto de saturación alcanzado. Dentro de este muestreo se busca crear categorías y conocer las propiedades dentro de las mismas (Serna, 2019). Para el reclutamiento de los participantes se llegó al primer sujeto y a los demás entrevistados mediante un referente los cuales indicaron conocer a personas que **cumplían con los criterios de inclusión** y nos dirigió hacia ellos/as.

La cantidad final entrevistados se determinó bajo el punto de saturación alcanzando suficientes datos con características recurrentes que sirvieron para dar por concluida la aplicación de las entrevistas (Conejero, 2020).

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En la presente investigación se utilizó la técnica de entrevista, que es un intercambio de opiniones e información en una conversación, en este caso de dos personas para recolectar información (el entrevistador y el entrevistado). La función

del entrevistador es la de escuchar e invitar a la conversación, generar un espacio de intimidad y confianza. Esto permitirá vincular los relatos de las personas entrevistadas y obtener una conclusión más certera de lo que estuvo sucediendo (Sordini, 2019).

² Se empleó como instrumento, la guía de entrevista que fue elaborada como una lista con preguntas que mantienen criterios que permitieron recoger datos de las experiencias de los participantes y responder a los objetivos planteados en el estudio. La guía se estructuró con 10 preguntas que se pensaron teniendo en cuenta las categorías y subcategorías apriorísticas basadas en el marco teórico. Asimismo, pasó por la revisión de rigor por el criterio de cinco jueces expertos, quienes debían estar de acuerdo en cada ítem para que este pudiera ser válido (Escurrea, 1998), por lo cual, después de enviarles la documentación correspondiente hubo correcciones a realizar, las cuales se levantaron logrando tener la aceptación de los ítems por cada juez seleccionado comprobando correcta redacción en el lenguaje apropiado y el cumplimiento de cada uno en base a los objetivos. (Ver Anexo 2) Posterior a ello, se realizó el pilotaje y afinamiento para identificar posibles limitaciones y debilidades, haciendo las correcciones respectivas.

3.6. Procedimiento

Luego de identificar el tema de investigación y trabajar la problemática de la misma, se pasó a la construcción y validación del instrumento que recogieron los datos correspondientes a las categorías y subcategorías planteadas. Se continuó con la prueba piloto para el afinamiento respectivo del instrumento.

Para el inicio de las entrevistas se trabajó con un referente quien permitió llegar al primer sujeto entrevistado se continuó con ¹⁷ la aceptación y firma del consentimiento informado para seguir con la entrevista, la misma que se grabó y consideró tratar al participante con un seudónimo elegido por este. La entrevista ²¹ tuvo una duración aproximada de 40 minutos. Del mismo modo las siguientes entrevistas se realizaron en un rango de entre 28 a 40 minutos durante un mes y una semana (37 días).

3.7. Rigor Científico

Credibilidad: Este aspecto se trabajó en la medida que los instrumentos a emplear fueron pasados por el criterio de rigor de jueces aportando el valor al contenido del instrumento de recolección de datos en relación a categorías y subcategorías, asimismo, el consentimiento informado permitirá al participante conocer su papel dentro de la investigación respetando la voluntariedad y el anonimato se controlará la deseabilidad social. Del mismo modo se usarán grabaciones en la entrevista lo que permitirá que los datos sean recogidos tal cual lo transmita el participante.

Transferibilidad: Los resultados a obtenerse en la investigación nos sirvieron para uso en otro contexto, siempre y cuando se cumpliera con los criterios de inclusión, es decir que las personas a tomar en cuenta tengan las mismas características, así como también puedan usar el tipo de muestreo que en este caso es por conveniencia siendo tomado como referencia, permitiendo seleccionar a aquellos que cumplan con los criterios y que tengan similar problemática.

Dependencia o consistencia: Este punto se trabajó por medio de la ⁷coherencia y lógica entre el título, problema, objetivos, el tipo de método, el diseño de la investigación, la población y muestra de estudio, categorías y subcategorías, así como también de los instrumentos como la guía de entrevista, la cual pasará por un criterio de rigor de jueces, validándose y llegando así a realizarse la prueba piloto, que se hará con el fin de descartar preguntas poco entendibles para la población, pasando por los datos recogidos por los instrumentos ya validados, usando técnicas de triangulación que permitirán contrastar los datos desde distintas perspectivas.

Relevancia: Cumple con el criterio de relevancia porque la realidad problemática planteada indica que existe este problema, asimismo, los estudios en base a este tema son actualmente escasos.

Confirmabilidad o reflexividad: Los datos recolectados no fueron manipulados por los investigadores puestos que estos serán grabados y transcritos tal cual, asimismo, los datos serán corroborados a través de otras técnicas como la

triangulación de métodos, en base a la información recolectada mediante las entrevistas y la observación realizada por los dos investigadores.

² 3.8. Método de análisis de datos

Debido al proceso de extracción híbrida de datos y asociación con el marco teórico de referencia, el análisis cualitativo se trabajó bajo el método híbrido/deductivo (Swain, 2018); para ello se empleó el análisis cualitativo de contenido temático, pues se pretende mostrar la realidad de la información obtenida en base a las experiencias de los sujetos, no solo basándose en la información teórica en un primer momento hallada sino que permite crear nuevas informaciones en base a una realidad existente (Braun y Clarke, 2006).

Se utilizó el software Atlas. Ti 9.1.3., facilitando el trabajo de las seis etapas del análisis. La primera etapa fue la *familiarización de los datos*, donde se transcribieron los audios de las entrevistas realizadas, y se releyó constantemente para verificar si había sido transcrita de forma correcta.

Se continuó con la *generación de códigos iniciales* relacionados a los tópicos más relevantes, los cuales se dieron a través de los datos obtenidos, seleccionando de ese modo las citas más importantes e interesantes para codificar, lo que llevó a la *búsqueda de temas o categorías* facilitando la estructura y organización de códigos, lo cual permitió clasificar la obtención de los códigos más relevantes e ir agrupándolos para poder formar un tema general, del cual se desprenden los mismos, una vez ordenado los códigos se continuo con la *revisión de temas* trabajando la red gráfica de códigos que nos permitió verificar si la lista anteriormente realizada se daba a entender mediante el gráfico, en donde se encontró que habían que modificar categorías y subcategorías para poder explicar el gráfico y que la información encontrada se entendiera.

Siguiendo con este punto hubieron subcategorías que se volvieron categorías y viceversa, para luego *definir y nombrar los temas*, en donde se realizó un análisis exhaustivo de los códigos presentes para saber si cumplían ciertos criterios para mantenerse dentro de la red o gráfico creado, de las que se observaron tres códigos que no cumplían con los requerimientos, asimismo, se realizaron últimos cambios y ajustes a los nombres de las categorías y

subcategorías como también al lugar que tomaba cada una en la red, finalmente se *preparó el informe* seleccionando las principales categorías y sus subcategorías para poder explicar cada uno mediante los hallazgos, autores, citas de los entrevistados y teorías.

Se complementó el análisis ² con la triangulación de la información obtenida de ^{las} diferentes técnicas como ^{la} entrevista y lista de cotejo, además, se complementó el análisis desde la experiencia recogida por cada investigador, logrando tener información amplia para poder contrastar los datos obtenidos. De igual forma, los investigadores observaron y grabaron cada detalle de las entrevistas, siguiendo con la contrastación de los datos, analizando las discrepancias y similitudes encontradas por las técnicas utilizadas como los datos de la entrevista y lista de cotejo, así como también las opiniones por parte de los investigadores en base a la observación dada y su relación con la información dentro del estudio.

En el análisis presentado de las cuatro categorías, veinte códigos y trescientas cuatro citas se trabajó bajo los siguientes criterios de saturación considerando la propuesta de Miles et al. (2013) para la generación de significancia del análisis cuales fueron: a) densidad teórica, en razón de las categorías que se vinculan con otras, es decir la cantidad de relaciones que tenga dicha categoría es que se puede hablar de un poder explicativo de la misma; b) representatividad, al contener el código por lo menos una cita en cada documento; c) frecuencia de categorías, cuanto más se repita el código alcanza mayor importancia. En este sentido para la significancia del código y categoría se consideró aquellos con densidad (≥ 2), representatividad (≥ 1) y frecuencia (≥ 13) considerando ⁹ aquellas categorías que cumplan con al menos uno de los criterios señalados.

3.9. Aspectos éticos

Para la actual investigación se tomaron en cuenta ¹⁰ los principios éticos y el código de conducta para el profesional de psicología, entre los cuales se encuentran: el respeto, que hace uso de un consentimiento informado para que el individuo sepa lo que se realizará con la información brindada, asimismo, si la

persona entrevistada desea permanecer en el anonimato hay que respetar ello, en beneficencia y no maleficencia, se asegura que sus datos serán estrictamente confidenciales, salvaguardando su seguridad sin la intención de hacer mal o daño a la misma, en cuanto a la autonomía, el individuo es capaz de ¹⁹ tomar sus decisiones y asumir las consecuencias de la misma y justicia, recibiendo un trato justo y tomando en cuenta principios que han sido acopiados en distintos campos, los cuales consiguen beneficiar a los participantes de la presente investigación, logrando de esa forma aumentar los beneficios y reducir los perjuicios, buscando la equidad e igualdad en la sociedad (Inguillay, Tercero y López, 2020).

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Este apartado **presenta** la descripción **y** análisis **de los** resultados **en** relación a significados y experiencias de relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana. Para comprender dicha realidad se ha identificado cuatro categorías: Significado de amor, características de relaciones tóxicas, consecuencias de estar en relaciones tóxicas y lecciones aprendidas de experiencias en relaciones tóxicas; cada una de ellas con subcategorías que integran el constructo investigado.

Significados de amor

Esta categoría corresponde a identificar las concepciones de amor a partir de las construcciones sociales del significado y las experiencias vividas; así Cubas (2020) indica concepciones que se atribuyen al amor considerándolo como una necesidad de entregar y defender a la otra persona con comportamientos que totalizan una intimidad y unión para mantener una relación. Se encontró que las personas presentan similitud en cuanto a los significados siendo este un sentimiento que **todo lo sufre, todo lo soporta, todo lo espera**; estas respuestas suscriben la concepción de un amor que espera cambios y mejoras a partir del sacrificio romantizando las acciones y conductas para tal fin.

“Sentía que podíamos solucionar las cosas, arreglar y formar una familia, que podíamos salir juntos, que podíamos llegar a convivir porque ya lo habíamos prácticamente hecho y no quería conocer a alguien más y me motivaba el hecho de pensar en que era un buen hombre, que derrepente necesitábamos mejorar la comunicación entre nosotros, tener más confianza, me motivaba el pensar que todas las relaciones pasan por malas etapas y que se pueden solucionar, (...) siempre dicen que es fácil terminar una relación cuando las cosas se ponen difíciles y yo le decía a él que si yo estaba ahí era porque me interesaba, porque quería arreglar las cosas, porque era importante para mí y porque no me iba a ir y a dejarlo al primer problema, (...) no quería tirar tan rápido al tacho esa relación, no quería darme por vencida tan rápido” (pequeña Lulú, 25 años).

Por tal, la percepción del amor en los entrevistados les permite crearse expectativas sobre el afecto necesario en ellos y sus parejas, en estas percepciones se reflejan dos aspectos ampliamente señalados por los participantes, el inicio de la

relación de pareja y los mitos de amor.

Inicio de la relación de pareja

En este punto se identificó que, en el total de los participantes, el inicio de pareja correspondiente a periodos de los tres a seis primeros meses, se configuraban como parejas saludables, Hernando et al. (2016) mencionan que los jóvenes y adolescentes refieren como experiencias positivas, los primeros acercamientos y comportamientos que se dan al inicio de una relación. En el estudio se obtuvo que los participantes tanto hombres como mujeres identificaron el inicio de sus relaciones como saludables, sin conflictos, ni discusiones. *“Al inicio todo era lindo, yo me sentía muy enamorada, él me cuidaba, me llamaba constantemente para saber cómo estaba” (bolita, 24 años)*. En la etapa inicial de una relación las personas suelen presentar sus aspectos positivos para impresionar a la otra persona.

Asimismo, se evidenció que los hombres a diferencia de las mujeres presentaron mayor significancia de esta subcategoría, lo cual hace referencia que ellos perciban esta etapa como una máscara que sus parejas les muestran disfrazado de supuestos cuidados hacia ellos, que en realidad busca calar como algo normal, distinguiendo que cuando inicia lo tóxico dentro de su relación esas conductas estuvieron presentes solo que no podían verlas con claridad.

Mitos del amor

Desde los significados de amor atribuidos por los participantes, se entiende que está vinculado a la necesidad de sufrir para conseguir el amor ideal; justificando la aceptación de conductas y formas de interacción disfuncionales como el control, la manipulación y los celos. Así Granados (2018) refiere que son una percepción de relación ideal teniendo como referente los mitos del amor. En esta subcategoría se halló que los entrevistados se apegan a ciertos mitos que provienen de la industria del amor, en los que se observa que los personajes soportan conductas disfuncionales para llegar a su amor ideal, lo mismo sucede con los participantes quienes se aferran a creer en ese amor idealizado. *“(…) yo sentía que todo podía mejorar, de verdad es que por más que todo se estaba complicando, había algo dentro que me decía: no la dejes continua, (…) pero seguía sucediendo lo mismo” (Chico leal, 23 años)*.

Siendo así, se coincide con el autor mencionado y se identifica dentro de las entrevistas la búsqueda de un amor ideal, lo cual la teoría de Lee nos menciona al amor romántico como un mito en donde se generan ideas sobre un amor perfecto en donde la pareja puede llegar a solucionar sus conflictos y mantenerse unida. En esta subcategoría también se encontró que son las mujeres quienes percibieron mayoritariamente los mitos del amor respecto sobre los hombres, significando que ellas creían más en un amor inadecuado, llegando a tomar el sacrificio como base de esta y esperando realmente conseguir ello en algún momento luchando por hacerlo efectivo.

Características de relaciones tóxicas

Esta categoría concierne en las características que se observan dentro de una relación tóxica, ya que esta al ser una relación dañina presenta ciertos puntos que permiten identificarla como tal, a ello Glass (1997) comenta que la cualidad de las conductas disfuncionales generadas en la interacción de pareja en donde se encuentran la pérdida de autonomía, posesión, evidencia de celos, control, falta de libertad, mala comunicación, creencias erradas sobre un amor ideal, las personas que conforman este tipo de relaciones pueden ser egocéntricas, en algunas veces narcisistas, tienden a victimizarse y culpar a la otra persona de lo malo que ocurre, no se permite un crecimiento individual viéndose afectadas las cogniciones y emociones. Se ha identificado como relaciones tóxicas a aquellos vínculos que presentan celos, desconfianza, manipulación, control, dependencia, humillaciones y violencia.

“Habían celos, había manipulación de él a mí, yo también aprendí después de un tiempo, (...) después de un tiempo aprendí a hacerlo también, (...)” (pequeña lulú, 25 años). Estas conductas son aprendidas desde los espacios iniciales de interacción de los sujetos; así el individuo aprende modelos conductuales mediante la observación y el reforzamiento, llegando a imitar y establecer modelos para reproducirlos e incorporarlos en su sistema de interacción como comportamientos que se insertan en el individuo teniendo como referencia a su entorno social y familiar. Estas conductas se explican a partir de la dependencia emocional, respuesta de celos y respuesta de violencia.

Dependencia emocional

En esta subcategoría se identifica una de las características más relevantes dentro de las relaciones tóxicas, en la cual los participantes en base a sus experiencias se enganchaban a este tipo de relación haciendo más difícil la separación, convirtiéndose en un vínculo toxico del cual era difícil salir, Aiquipa (2015) refiere que es una característica que está compuesta por sentimientos y conductas inapropiadas, donde existe una adicción y manipulación hacia la otra persona conllevando a una relación llena de violencia.

Dentro de las entrevistas se evidenció que ellos tenían la necesidad de estar constantemente con su pareja, apelando al significado de amor, que los o las extrañaban y que no podían dejarlos, de este modo la explicación del autor coincide con lo hallado en el estudio. *"(...) yo sufría mucho porque yo realmente me enamoré (...), sentía que debía estar con él en todo, (...) yo le escribía por WhatsApp, pero él no me respondía rápido entonces yo me sentía mal, porque pensaba lo peor"* (Cely, 26 años). Se identifica la teoría del apego como el respaldo a esta subcategoría, ya que postula que la persona se vuelve dependiente emocional al no desarrollar en la infancia correctamente un vínculo afectivo adecuado con alguna de las figuras presentes.

"(...) necesidad de estar con ella, necesidad de verla, (...) mucha necesidad, ansiedad eso sí, de poder verla, porque luego cuando no nos veíamos y estábamos separados era la ansiedad de poder vernos al día siguiente" (Blass, 28 años). Teniendo en cuenta ello, se evidenció una mayor percepción de la dependencia emocional en los varones a diferencia de las mujeres, debido a que los participantes presentaron carencias afectivas en la infancia, las cuales se ven reflejadas en las experiencias que tienen en sus relaciones de pareja, visualizándose la necesidad de estar con esa persona a pesar de las dificultades, siendo complejo el salir de este tipo de relaciones.

Respuesta de celos

En este punto se identificó mayor afluencia de información en el total de los participantes, siendo también una de las características con mayor representatividad, lográndose evidenciar que los celos son algo perenne en una relación tóxica y que estos se desatan debido a diversas acciones y pensamientos que se dan en la relación, lo cual en definitiva es una inseguridad de quien ejerce este tipo de

conductas.

González (2018) afirma que es la percepción de la existencia de alguien dentro de su relación, considerándose un motivo principal para comenzar una pelea en la pareja. Se encontró que el mayor indicador para una respuesta de celos es la desconfianza e inseguridad, no a causa de infidelidades, sino debido a pensamientos de una posible infidelidad. *“(...) celos de su parte, porque comencé la universidad y empecé a tener más amistades, (...). Entonces a él no le gustaba y no quería que me hable con ninguno de mis amigos (...)” (Rubi, 19 años)*. También, se obtuvo en cuanto a la comparación de respuestas de celos, una mayor percepción de esta categoría en las mujeres, es decir que las entrevistadas asocian los celos como una característica usual de las experiencias en relaciones tóxicas, ya que es el principal componente por el cual se producen las discusiones, por otro lado, los celos también se concientizan dentro de la relación y se validan como acto de amor.

Respuesta de Violencia

En esta subcategoría se identificó que los participantes experimentaron distintos tipos de violencia, lo cual indica que dentro de la relación tóxica, existe un grado de violencia que da indicios de poder llegar a ocasionar mayor daño en casos extremos, es así que los entrevistados exponen el haber sufrido violencia física, psicológica y verbal, no todos en el mismo grado, sin embargo, estuvo presente esta respuesta de violencia; así Martínez (2016) indica que es el poder que se caracteriza y se enmarca en una relación en donde a través de actos o acciones se busca controlar y dañar a la otra persona; lo mencionado por el autor anteriormente estuvo en concordancia en base a los hallazgos.

“me faltaba el respeto con insultos, (...) en algún momento me levantó la mano, (...) me echaba la culpa de todo a mí, (...) cada vez que salíamos siempre decía que las chicas eran lindas o más bonitas (...)” (Bolita, 25 años). A partir de esto se identifica que la violencia forma parte de este tipo de vínculos afectivos dañando a una o a ambas partes, además de poder manifestarse de mujeres a hombres y viceversa, logrando visualizarse que la violencia se puede perpetrar sin distinción de sexo, asimismo, pueden manifestarse diferentes tipos de violencia, todos a su misma vez o solo uno (González, 2018).

Consecuencias de estar en relaciones tóxicas

Esta categoría resulta a causa de las relaciones tóxicas como un efecto posterior a este tipo de relación o también debido a situaciones que se dieron dentro y dejaron secuelas después de perpetrarse. Dentro de la entrevista, los participantes de la investigación evidenciaron consecuencias de distintos tipos como: baja autoestima, ansiedad, inseguridad y desconfianza, que ellos tomaron como malas experiencias, debido a que tuvieron impactos negativos en su vida cotidiana, dejándoles en algunos aún secuelas difíciles de manejar, así RAE (2022) define como suceso que resulta de otro, por ello, suponen el efecto que se consigue de un hecho anteriormente dado. *"(...) me dejo una marca, ya no confiaba en los hombres, ya no quería confiar en nadie, (...) solo quería jugar o utilizar a los hombres o parejas posteriores porque no quería tomarme nada en serio (...)." (Juanita, 23 años).*

En la comparación por sexo, las mujeres presentaron una mayor percepción de las consecuencias de pertenecer a una relación tóxica a comparación de los varones, lo cual indica que ellas se ven afectadas en un mayor grado de forma cognitiva y emocionalmente, viéndose esto reflejado en sus relaciones posteriores causando estragos en sus parejas y en ellas mismas.

Afecciones en las cogniciones

En este punto se identifica los pensamientos distorsionados que se presentan en las personas dentro de una relación toxica debido a sus inseguridades, así Andrade et al. (2013) comentan que **en estas parejas existen diferentes esquemas mentales de comportamiento y distorsiones cognitivas adquiridas en el entorno familiar, que a su vez son reforzadas por el ambiente social.** En las entrevistas se evidenció errores en el pensamiento a modo de distorsiones cognitivas, estos se suelen dar como una respuesta de inseguridad ante una posible pérdida sin razón aparente. *"(...) él pensaba que todo el tiempo le mentía (...), cuando me veía trabajar decía que yo coqueteaba mucho y que, si así soy en el trabajo, seguro soy así en todos lados" (pequeña Lulu, 25 años).* En la comparación se evidencia una mayor percepción de esta subcategoría **en las mujeres a diferencia de los hombres, en** vista de ello se identifican distorsiones cognitivas de inferencia arbitraria basada en conclusiones dadas a sucesos sin evidencia alguna, a su vez están las generalizaciones excesivas que se basan en la idea errónea de creer que debido a la

suma de ciertos sucesos el próximo será igual y también los razonamientos emocionales basados en el presentimiento de una persona creando una afirmación.

Afecciones en las emociones

Inicialmente se evidencian las experiencias de los participantes dado que solían tener la percepción de cambios en la relación de algún modo sin necesidad de realizar ninguna acción o buscar alguna solución para el problema, Andrade et al. (2013) refiere que las parejas buscan una relación idealizada (amor romántico) **en la que se anhela una estabilidad emocional y un lenguaje afectivo** adecuado, **pero no se busca la solución para cambiar la situación** actual, pensando **que las cosas se arreglan solas**. “(...) *sentía la esperanza de que el cambie, porque a veces yo le decía a él que me hace sentir mal y él me decía que iba a cambiar, que iba a mejorar su actitud (...)*” (Rubi, 19 años). Esto evidencia que existió en los participantes el pensamiento o la creencia de un amor romántico el cual genera en las personas la esperanza de lograr una relación estable, de poder solucionar sus problemas y de que la pareja “cambie”.

Escaso crecimiento personal

Esta subcategoría se basa en que la relación tóxica limita a la persona que la vive dejando actividades habituales ya que estas pueden ser tomadas pésimo por sus parejas, debido a ello, se evidenció en los participantes que muchos dejaron a amistades de lado y acciones que usualmente realizaban, dado que sus parejas les imponían como una prohibición o simplemente dejaban todo por evitar discusiones, así Lamas (2014) indica que se caracteriza por no permitir el crecimiento individual, viéndose afectadas las cogniciones y emociones que conllevan a conductas inadecuadas, que pueden influir negativamente en la persona y su entorno.

“Desde mi perspectiva me quede sin amigos, (...) a veces me decían para salir mis compañeros y compañeras de estudio, pero él me decía no, ¿para qué vas a ir? (...)” (Morita, 22 años). En base a lo mencionado se denota que este punto reduce la autonomía de las personas, afectando la interacción con su entorno familiar, social y laboral, causando de esta forma algunos estragos difíciles de modificar posteriormente.

Esta categoría corresponde a identificar los conocimientos adquiridos a través de una o varias experiencias, las cuales servirán para tomar mejores decisiones en el futuro, así Milton (2010) indica que es el ⁴ aprendizaje a partir de la experiencia. Idealmente, este será un cambio permanente e institucionalizado, por lo menos hasta que sea identificada la necesidad de producir otro cambio. Entre los hallazgos encontrados en la investigación está el cómo cambió la percepción de los entrevistados en base a las experiencias que vivieron dentro de su relación tóxica, es decir, ellos tomaron mayor consideración de lo vivido y decidieron tomarlo como una fortaleza, asimismo, decidieron reforzar en aquello que sentía los habían limitado y mejorarlo para ser una mejor persona.

“(...) ya no soy tan pegado a las relaciones, ya no doy el todo por el todo, si conozco a alguien, (...) es conocer más a la persona, (...) me he vuelto más observador, más paciente, (...)” (Blass, 28 años). En base a lo obtenido podemos decir que las lecciones aprendidas de las experiencias sirven para mejorar como personas y que de ese modo puedan tomar mejores decisiones en cuanto a sus relaciones de pareja.

Experiencias Favorables

En este punto se identificó aquellas vivencias que los participantes toman como agradables, encontrando que los momentos favorables para ellos se dieron dentro de las relaciones tóxicas evidenciándose estas en la fase inicial de la relación, compartiendo risas, anécdotas y caricias mutuas cuando los causantes de este tipo de relación aún no habían mostrado su verdadero trato en las relaciones, al respecto Godoy y Sierra (2019) suponen aquellos eventos de cuidado mutuo que se desarrollan de forma idónea convirtiéndose en fuente de apoyo social y emocional.

“cómo te digo al principio todo era cariño, comprensión, donde encuentras a una persona que crees que tiene todo lo que querías, donde pensabas que bueno que ya la conoces, crees que es la persona indicada, haces planes” (Blass, 28 años). Los participantes asocian las experiencias favorables como lo encantador dentro de una relación, es decir, aquellos recuerdos que los hicieron sentir felices en algún momento viviendo con una persona que iba a tener un cambio abrupto posteriormente e impactaría en su vida fuertemente.

Experiencias Desfavorables

En este punto se identificó que son aquellas acciones, conductas y situaciones que los participantes vivieron dentro de una relación tóxica, es decir, para ellos son las experiencias más tristes, dolorosas y aquellas que desearían no haber tenido que vivir, pero que comprenden que es parte de la vida, sin embargo, también encontramos situaciones de infidelidades, de manipulación, control y rupturas inesperadas, así González (2018) refiere que son eventos vividos en los que la persona se ve perjudicada, existiendo disfuncionalidades.

Esto coincide con los hallazgos encontrados en los participantes, dado que ellos se vieron perjudicados con diversas situaciones y conductas por vivir una relación tóxica. *"(...) el engaño, las mentiras, que no me sintiera suficiente para él, (...) Él me fue infiel tres veces, y las tres veces le perdoné (...) era tosco conmigo, me jaloneaba (...)* (Juanita, 23 años). En la comparación realizada se evidencia una mayor percepción en las mujeres que en los varones en cuanto a esta subcategoría, lo cual indica que ellas consideran dichas vivencias como algo negativo y dañino en sus vidas y que probablemente les causó consecuencias posteriores a una relación toxica.

V. CONCLUSIONES

Se identificaron cuatro categorías en las experiencias de los entrevistados de los cuales se desprende significados de amor, atribuciones que los sujetos le dan a este sentimiento de acuerdo a las experiencias vividas; características de relaciones tóxicas, encontrando conductas que permiten a la persona identificar una relación tóxica; consecuencias de estar en relaciones tóxicas, percibiéndose impactos negativos en las personas que experimentaron este tipo de vínculo; y lecciones aprendidas de experiencias en relaciones tóxicas, describiéndose como vivencias que impactaron en ellos de tal forma que generó principales cambios en su vida amorosa.

Los significados de amor son percepciones de sufrimiento y espera de cambios a raíz del sacrificio, romantizando conductas disfuncionales en búsqueda de mantener por mas tiempo este tipo de relación, sin embargo, los inicios de este tipo de vínculo son aparentemente saludables, sin conflictos o discusiones, más esto enmascara comportamientos que posteriormente desembocaran en relaciones tóxicas.

Las características en este tipo de relaciones se identifican como conductas o comportamientos disfuncionales generados en la interacción de la misma, denotándose una necesidad constante de estar con la pareja sin pensar en apartarse de ella, así como también los celos a partir de la desconfianza e inseguridades por parte de quien lo ejerce; y la violencia psicológica, física y verbal observada como respuestas que buscan dañar a la otra persona y que si se deja pasar por alto podría desencadenar en trágicas situaciones.

Las consecuencias en las relaciones tóxicas son resultados posteriores a este tipo de vínculos, que llegan a calar como secuelas de experiencias negativas de fuerte impacto, causando afecciones en las cogniciones a modo de distorsiones cognitivas, puesto que se observan creencias erradas de un amor romántico esperando cambios sin la búsqueda de una solución y la limitación del crecimiento personal debido a prohibiciones impuestas por sus parejas en sus vidas.

Las lecciones aprendidas de experiencias surgen como conocimientos adquiridos a través de las vivencias en las relaciones tóxicas, encontrándose divididas en aquellas que fueron agradables en un primer inicio del vínculo y se recuerdan como

anécdotas encantadoras, también aquellas que lograron convertirse en experiencias dolorosas y tristes como resultado de una relación dañina.

VI. RECOMENDACIONES

Primera

Para futuras investigaciones profundizar en preguntas que correspondan a conceptos del amor y el cómo se da en las relaciones de pareja, de modo que esto permita tener un mayor alcance de información desde un punto de vista cualitativo.

Segunda

Investigar la violencia psicológica, física y verbal creando ítems más enfocados a la investigación de estas, ampliando de ese modo la información que puedan brindar los participantes y lograr un punto de vista más enriquecido para los investigadores.

Tercera

Para obtener una información más amplia sobre las consecuencias que se dan dentro de una relación, se sugiere estructurar preguntas más profundas con respecto a este criterio enfocándolas a un punto de vista más psicológico.

Cuarta

En consideración a las lecciones aprendidas por experiencias en relaciones tóxicas se ve conveniente el indagar a profundidad en futuras investigaciones el conocimiento de las vivencias en los participantes dentro de esta categoría, de modo que se evidencie con mayor claridad el aprendizaje dado.

Significados y experiencias en relaciones tóxicas en parejas jóvenes de Lima Metropolitana, 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD

7%

INDICE DE SIMILITUD

6%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

3%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	www.researchgate.net Fuente de Internet	3%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	sig.mineducacion.gov.co Fuente de Internet	<1%
5	Submitted to Infile Trabajo del estudiante	<1%
6	Cerda, Daniel Venegas. "Relaciones Tóxicas, Víctimas y Victimarios: Género y Diferenciales de Poder en la Construcción de Narrativas de Violencia en Parejas Jóvenes", Pontificia Universidad Católica de Chile (Chile) Publicación	<1%
7	Submitted to Corporación Universitaria Iberoamericana Trabajo del estudiante	<1%

8	www.ipsos.com Fuente de Internet	<1 %
9	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1 %
10	www2.petrobras.com.br Fuente de Internet	<1 %
11	docplayer.net Fuente de Internet	<1 %
12	es.cyclopaedia.net Fuente de Internet	<1 %
13	medical.adrpublications.in Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	www.elcristianismoprimitivo.com Fuente de Internet	<1 %
16	chandra.uam.mx Fuente de Internet	<1 %
17	prezi.com Fuente de Internet	<1 %
18	rincondespoesia.com Fuente de Internet	<1 %

www.libertario.org

19

Fuente de Internet

<1 %

20

slidehtml5.com

Fuente de Internet

<1 %

21

Leon Paptic, Maria Jose. "An Analysis of the Parental Reflective Function, the Quality of Triadic Interaction and Its Influence on Early Childhood Development", Pontificia Universidad Catolica de Chile (Chile), 2021

Publicación

<1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias Apagado

Excluir bibliografía

Apagado